

# Ovnbagt rødtungefilet

Til 2 voksne og 2 børn



<https://opskrifter.coop.dk/opskrifter/ovnbagt-roedtungefilet-1194>

## Fremgangsmåde

**1**

Tænd ovnen på 175 grader. Rødtungefileterne lægges på en bageplade med bagepapir, smøres med rapsolie og krydres med salt og peber. Rødtungefileterne bages i ovnen i 12 min.

**2**

Gulerødderne skrælles og skæres i tynde skiver eller skrælles i lange spåner med en kartoffelskræller. Top og bund skæres af radiserne, som snittes på langs i tykke skiver.

**3**

Rør citronsaft sammen med rapsolie, estragon, kapers og skalotteløg, og bland med gulerødder og radiser.

## Ingredienser

Salt

Peber **500 g** Rødtungefileter**1.5** Rapsolie  
**spsk.****1.5** Kapers  
**spsk.****2** Gulerødder**2 spsk.** Estragon**1** Radise  
**bundt****1** Skalotteløg**3 spsk.** Rapsolie

**4**

Anret rødtungefileterne med salaten og servér med kartofler eller groft brød.

**0.5** Citron

Kartofler eller groft brød